සත්‍යයේ කැඩපත

අම්බලට්ඨිකාවේදී භාග්‍යවතුන් වහන්සේ තම පුත්
රාහුල හිමියන්ට වදාළ අනුශාසනාව

NotebookLM

පියාණන් පුතු හමුවට වඩියි

- භාග්‍යවතුන් වහන්සේ රජගහ නුවර වේළුවනාරාමයේ වැඩ වෙසෙන සමයකි.
- එකල්හි, තරුණ රාහුල හිමියන් අම්බලට්ඨිකාවේ වාසය කළ සේක.
- එක් සන්ධ්‍යාවක භාවනාවෙන් නැගී සිටි භාග්‍යවතුන් වහන්සේ, රාහුල හිමියන් හමුවීමට වැඩම කළහ.
- දුරදීම තම පියාණන් වඩිනු දුටු රාහුල හිමියෝ, ගෞරවයෙන් යුතුව ආසනයක් පනවා, පා දෝවනයට පැන් බඳුනක් පිළියෙල කළහ.

NotebookLM

දිය බදුනේ උපමාව: **ස්වල්ප වූ** ශ්‍රමණ ධර්මය

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ: ‘පින්වත් රාහුල, ඔබ මේ **ස්වල්පයක්** වූ ඉතිරි වී තිබෙන ජලයෙන් යුතු දිය බඳුන දකිනවා නේ ද?’

රාහුල හිමි: ‘එසේය ස්වාමීනී’

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ: ‘පින්වත් රාහුල, එලෙසින් ම යම් කෙනෙක් දැන දැන බොරු කියන්නට ලැජ්ජ නැද්ද, ඔහු ගේ ශ්‍රමණ ධර්මයත් ඉතාමත් **ස්වල්ප** යි.’

NotebookLM

ඉවත ලූ ශ්‍රමණ ධර්මය

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ ඒ ස්වල්ප වූ ජලය දිය බඳුනින් බැහැර කොට රාහුලයන් ඇමතූ සේක.

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ: ‘පින්වත් රාහුල, ඔබට මේ ජලය **ඉවතට වීසි කරන ලද** දිය බඳුන පෙනෙනවා නේ ද?”

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ: “එලෙසින් ම යම් කොනෙක් දැන දැන බොරු කියන්නට ලැජ්ජා නැද්ද, ඔහු ගේ **ශ්‍රමණ ධර්මයත් බැහැරට වීසි කරල යි** තියෙන්නෙ.”

NotebookLM

මුනින් නැමූ ශ්‍රමණ ධර්මය

ඉන්පසු භාග්‍යවතුන් වහන්සේ ඒ දිය බඳුන මුනින් අතට නවා තැබූ සේක.

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ: ‘පින්වත් රාහුල, ඔබට මේ **මුනින් අතට නවන ලද** දිය බඳුන පෙනෙනවා නේ ද?”

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ: “එලෙසින් ම යම් කොනෙක් දැන දැන බොරු කියන්නට ලැජ්ජා නැද්ද, ඔහු ගේ **ශ්‍රමණ ධර්මයත් මුනින් අතට නවල යි** තියෙන්නෙ.”

NotebookLM

හිස් වූ ශ්‍රමණ ධර්මය

ඉන්පසු භාග්‍යවතුන් වහන්සේ ඒ දිය බඳුන උඩු අතට හරවා තැබූ සේක.

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ: “පින්වත් රාහුල, ඔබට මේ උඩු අතට හරවන ලද හිස් දිය බඳුන පෙනෙනවා නේ ද?”

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ: ‘එලෙසින් ම යම් කෙනෙක් දැන දැන බොරු කියන්නට ලැජ්ජා නැද්ද, ඔහු ගේ ශ්‍රමණ ධර්මයත් හිස් වූ කිසිවක් නැති දෙයක්.’

NotebookLM

රාජකීය හස්තියාගේ උපමාව

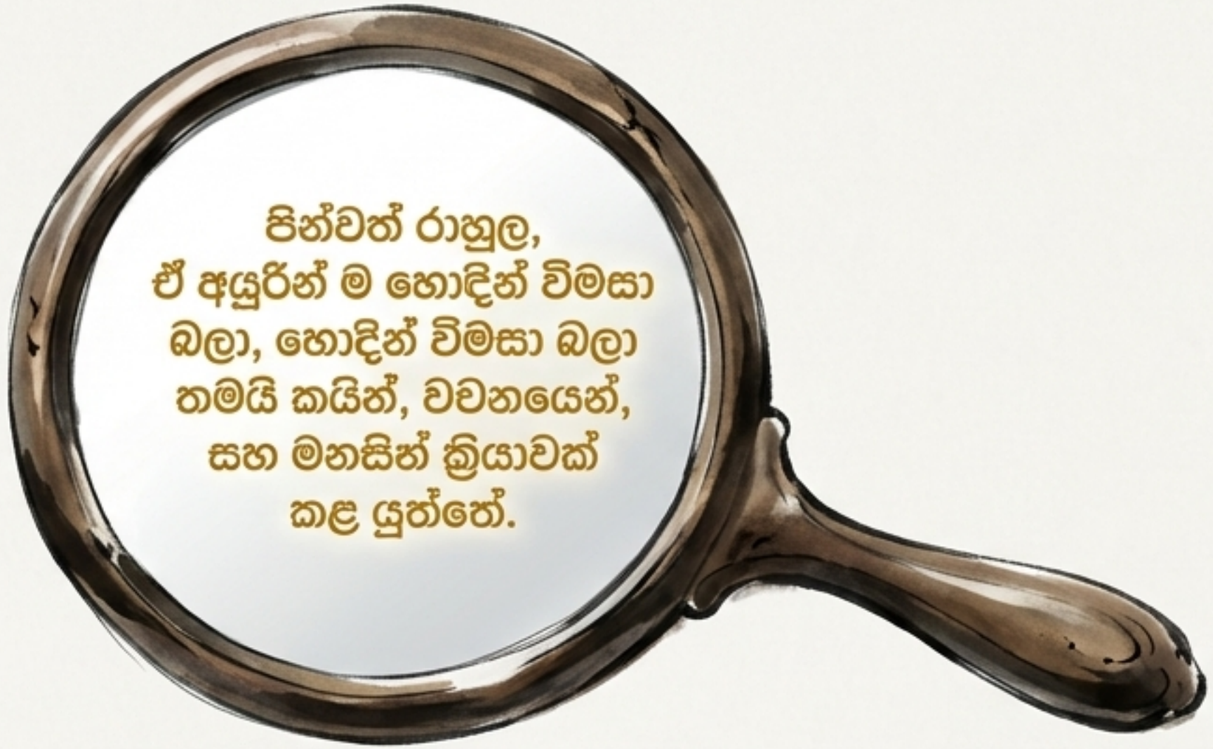
යුද බිමට යන රාජකීය හස්තිරාජයෙක් තම ශරීරයේ සියලුම අංග සටනට යොදාගත්ත ද, තම සොඩවැල පමණක් ආරක්ෂා කරගනී. එය ආරක්ෂා කරන තාක්, හස්තියා තම ජීවිතය පූර්ණ ලෙස පරිත්‍යාග කර නැත.

නමුත්, යම් මොහොතක හස්තියා තම සොඩවැල ද සටනට යොදා ගන්නේ ද, එතැන් පටන් ඔහුට කළ නොහැකි දෙයක් නැත. ඔහු තම ජීවිතය පූර්ණ ලෙස රජුට පුදා ඇත.

“අන්න ඒ වගේ පින්වත් රාහුල, යම් කිසි කෙනෙකුට දැන දැන බොරු කියන්නට ලැජ්ජාවක් නැද්ද, ඔහුට නො කළ හැකි පාපයක් නැහැ කියල යි මං කියන්නෙ.”

NotebookLM

කණ්ණාඩියේ ප්‍රයෝජනය කුමක්ද?



භාග්‍යවතුන් වහන්සේ: ‘පින්වත් රාහුල, කණ්ණාඩියකින් තිබෙන්නේ කුමන ප්‍රයෝජනයක් ද?’
රාහුල හිමි: ‘ස්වාමීනී, හොඳින් විමසා බැලීම ප්‍රයෝජන කොට යි තියෙන්නෙ.’

පින්වත් රාහුල, ඒ අයුරින් ම **හොඳින් විමසා බලා, හොඳින් විමසා බලා**
තමයි කයින්, වචනයෙන්, සහ මනසින් ක්‍රියාවක් කළ යුත්තේ.

NotebookLM

පිරිසිදු බව සඳහා වූ ක්‍රමවේදය

තුන් දොර
(The Three Doors of Action)

විමසීමේ අවස්ථා තුන
(The Three Stages of Reflection)

කය
(Body)

ක්‍රියාවට පෙර
(Before the Act)

වචනය
(Speech)

ක්‍රියාව අතරතුර
(During the Act)

මනස
(Mind)

ක්‍රියාවට පසු
(After the Act)

NotebookLM

ක්‍රියාවට පෙර: අභිප්‍රාය විමසීම

The Question:: ‘මං කයින් මේ ක්‍රියාවක් කරන්නට කැමතියි. එය...’

- **‘...මට විපත පිණිස පවතී ද?’**
- **‘...අනුන්ට විපත පිණිස පවතී ද?’**
- **‘...දෙපැත්ත ට ම විපත පිණිස පවවීද?’**

If YES
(අකුසලයක්)

The action is unskillful, brings suffering, and has painful results.
‘එබඳු වූ ක්‍රියාවක් කිසිසේත් ම නො කළ යුතුයි.’

If NO
(කුසලයක්)

The action is skillful, brings happiness, and has pleasant results.
‘එබඳු වූ ක්‍රියාවකුකුයි කළ යුත්තේ.’

NotebookLM

ක්‍රියාව අතරතුර සහ ක්‍රියාවට පසු

****During the Act**:**

Ask the same questions. If you realize the act is harmful, stop.
If it is beneficial, continue.

****After the Act****

Reflect again on the completed action.

If it was Harmful:

* **Confess** it to the Teacher or to wise spiritual companions. (‘ශාස්තෘන් වහන්සේට හෝ නුවණැති සබ්‍රහ්මචාරීන් වහන්සේලාට හෝ පැවසිය යුතුයි.’)

* Reveal it, disclose it, and resolve to be restrained in the future. (‘මත්තෙහි එවැනි දෙයක් නො වීමට සංවර විය යුතුයි.’)

If it was Beneficial:

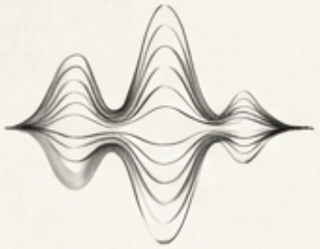
* Rejoice and feel gladness. (‘ප්‍රීති ප්‍රමුදිත භාවයෙන් යුතුව...’)

* Continue developing skillful qualities day and night. (‘...දිවා රාත්‍රී දෙකෙහි ම කුසල් දහම් දියුණු කරගනිමින් වාසය කරන්න.’)

NotebookLM

වචනය සහ මනස පිරිසිදු කිරීම

පින්වත් රාහුල, කයින් කරන ක්‍රියාවන් සේ ම, ඔබ වචනයෙන් හා මනසින් කරන ක්‍රියාවන් ද මේ ආකාරයෙන් ම විමසා බැලිය යුතු ය.



වචනයෙන් කරන ක්‍රියාවක් (An Act of Speech)

- **පෙර:** එය මට, අනුන්ට, හෝ දෙපක්ෂයට ම අහිතකර ද?
- **අතරතුර:** එය අහිතකර බව වැටහුනොත්, නවත්වන්න.
- **පසු:** අහිතකර වූයේ නම්, පාපොච්චාරණය කර සංවර වන්න.

මනසින් කරන ක්‍රියාවක් (An Act of Mind)

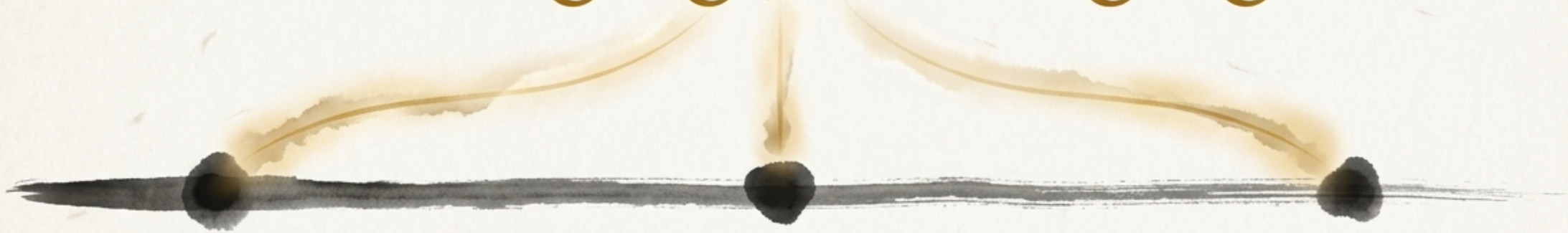
- **පෙර:** එය මට, අනුන්ට, හෝ දෙපක්ෂයට ම අහිතකර ද?
- **අතරතුර:** එය අහිතකර බව වැටහුනොත්, නවත්වන්න.
- **පසු:** අහිතකර වූයේ නම්, ලැජ්ජාවටත් පිළිකුලටත් පත්වී, අනාගතයේ සංවර වන්න.

NotebookLM

සියලු ශුද්ධවන්තයන්ගේ ඒකායන මාර්ගය

පින්වත් රාහුල, අතීත, වර්තමාන, සහ අනාගත යන තුන් කාලයේ ම යම් ශ්‍රමණ බ්‍රාහ්මණයෙක් තම කය, වචනය, සහ මනස පිරිසිදු කරගත්තේ ද, කරගන්නේ ද, ඒ සියල්ලෝම...

...විමෑසා බල බලා, විමෑසා බල බලා...



අතීතය (Past)

වර්තමානය (Present)

අනාගතය (Future)

...තමයි තම ක්‍රියාවන් පිරිසිදු කරගත්තේ.

NotebookLM

ඔබ පුහුණු විය යුතු ආකාරය මෙයයි

‘විමසා බල බලා ම කයින් කරන ක්‍රියාව පිරිසිදු කරගන්නවා.
විමසා බල බලා ම වචනයෙන් කරන ක්‍රියාව පිරිසිදු කරගන්නවා.
විමසා බල බලා ම මනසින් කරන ක්‍රියාව පිරිසිදු කරගන්නවා’
යි ඔබ පුහුණු විය යුතුයි.

සතුටු සිත් ඇති ආයුෂ්මත් රාහුල භද්‍රයන් භාග්‍යවතුන් වහන්සේ වදාළ මෙම දේශනය ඉතාම සතුටින් පිළිගත්තා.

NotebookLM